



2025年2月レッスンスケジュール


メンテナンス休館 2/9 (日) ~ 2/13 (木)


【所沢店】

	月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日			
	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	スイミングプール	フィットネススタジオ	ウェルネススタジオ	
10:00				時間変更 カガヒきしめ 菅野梢 9:30~10:00	カガヒきしめ 菅野梢 9:30~10:00													定員: 25名	
11:00		初めてのフットパス YUKI 9:55~10:55	ジャグティンガ 永堀都子 10:05~10:50		定員: 25名 バレーボール 村田隆子 10:15~10:55	気功 劉嘉 10:00~11:00												バレーボール 村上裕史 9:40~10:20	
12:00	スイミングスクール 鈴木さやか 10:45~11:45	[2/3・17] ZUMBA@45 TONI 11:05~11:50	[2/3・17] ピラティス 永堀都子 11:05~11:50	[2/4] バレーボール 鈴木さやか 11:00~11:45	外伝 村田隆子 11:10~12:10	陳式太極拳 精要十八式 劉嘉 11:10~12:10												11:00~11:20 スタートワーク 千葉颯	
13:00	バレーボール 鈴木さやか 12:00~12:30	[2/17] フットパス 緑川等美 12:20~13:05	[2/3・17] カガヒきしめ 菅野梢 12:05~12:35	フィン専用コース 12:15~13:15	陳式太極拳 ハナツチ 劉嘉 12:15~12:45	アライメント 大谷むつみ 12:15~12:45												12:00~12:20 カガヒほくし体操 村上裕史 11:45~12:45	
14:00	スイミングスクール 鈴木さやか 12:45~13:45	[2/17] フットパス 緑川等美 13:25~14:10	[2/3] フィットパス RITO 13:25~14:10	★フィンを使用して自由 に泳げるコース ★フィンの貸出あり	アライメント 長嶋ヒサ子 12:25~13:25	骨盤調整 【トータル】 館智彦 13:00~13:30												13:00~13:50 ZUMBA@40 山下聡志 13:10~13:50	
15:00		[2/17] ユニオン 緑川等美 14:30~15:30	[2/3] ユニオン RITO 14:30~15:30		ダンス 長嶋ヒサ子 13:40~14:30	[2/4・18] 美しい姿勢へ 優しいハナツチ 明香 14:00~15:00												13:30~13:50 カガヒきしめ 【トータル】	
16:00		[2/17] ユニオン 緑川等美 14:30~15:30	[2/3] ユニオン RITO 14:30~15:30		バレーボール 村上裕史 14:45~15:30	[2/4・18] 美しい姿勢へ 優しいハナツチ 明香 15:15~16:15												2/19 休講	
17:00		太極拳 李自力 16:30~17:30			陳式太極拳 ハナツチ 劉嘉 15:45~16:15													14:00~14:50 姿勢改善 吉村朋子 14:00~15:15	
18:00																			2/15 休講
19:00																			2/15 休講
20:00			太極拳 李自力 19:00~20:00			新five707ストレッチ 佐島良太 19:00~19:45													[2/2・16] ピラティス 佐島良太 14:15~15:00
21:00	フィン専用コース 20:15~21:15	ピラティス 松下方 20:00~21:00		フィットパス 松下方 20:00~21:00		ピラティス 佐島良太 19:55~20:15													[2/23] カガヒきしめ 15:30~15:45 ピラティス 佐島良太 15:25~16:25
22:00	★フィンを使用して自由 に泳げるコース ★フィンの貸出あり																		[2/23] はじめての HIPHOPダンス YURI 16:40~17:40

 は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです。無料でご参加いただけます。Webサイト「クービック」にて予約をお願いします。

 は有料レッスンです。ご参加の際はフロントで受付いたします。

 は有料レッスンです。1回550円です。Webサイト「クービック」にて予約できます。

 は有料レッスンです。1回1,100円です。「クービック」にて予約できます。

 ・祝祭日は別紙にてご案内いたします。

 ※イベント泳法の内容は担当インストラクターが決定いたします。

 詳しくは担当インストラクター、スタッフまでお問合せ下さい。

クービック予約登録

